

12. Соломин И.Л. Психосемантическая диагностика мотивации. Методическое руководство / И.Л. Соломин. - Санкт-Петербург, 2013. – 60с.
13. Фанталова Е.Б. Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта / Е.Б.Фанталова. – Самара: Издательский дом БАХРАХ – М., 2001. – 128с.

В рамках развиваемого авторами статьи рефлексивно-смыслового подхода к пониманию личностного самоопределения изучается экзистенциальная активность и экзистенциальная рефлексия в структуре личностного самоопределения студентов. На основе результатов эмпирического исследования выделяются основные особенности личностного самоопределения в старшем юношеском возрасте.

Within the limits of reflexive meaningful approach that's being developed by the authors to understanding of personal self-determination, existential activity and existential reflection are being researched in the structure of self-determination of students. Based on the results of empirical research the main features of personal self-determination are highlighted in older adolescence.

Л.К.Рудюк (м.Київ)

ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИЗНАЧЕННЯ СТРУКТУРНО-ЗМІСТОВИХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОФЕСІЙНОЇ Я-КОНЦЕПЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

Постановка проблеми. У будь-якій діяльності особистості велике значення має формування професійної Я-концепції. Вона виступає необхідною умовою становлення професійного образу Я, механізмів самоставлення, саморегуляції та самовизначення як складових професійної самосвідомості, впливів життєвих криз на професійне становлення, динаміку мотиваційної сфери в процесі професійного самовизначення та професійного становлення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. На сьогоднішній день в психології вивчається проблема професійної Я-концепції як сукупності уявлень суб'єкта про свою життєву позицію, перспективи і цінності у контексті здійснення обраної професійної діяльності (Є.М.Павлютенко, В.П.Андронов, Н.В.Кузьміна, А.К.Маркова, Ю.К.Стрелков), розвиток самосвідомості, професійної самосвідомості та професійної Я-концепції як її складової (О.М. Леонт'єв, С.Л. Рубінштейн, Т.Л.Миронова, Л.М.Мітіна, В.В.Столін), становлення особистості як професіонала (О.М.Бандурка, А.К.Маркова, Г.В.Попова, Є.А.Клімова) тощо.

Однак не існує чітко визначеної типології, що відображала б структуру професійної Я-концепції, чітко не окреслені психологічні чинники, що впливають на динаміку її розвитку та формування. Таким чином, визначення компонентів, що складають професійну Я-концепцію, співвідношення в її структурі Я-особистісного та Я-професійного, а також вивчення динаміки її розвитку є актуальним напрямком теоретичних та практичних досліджень в галузі психології.

Мета статті полягає в теоретичному аналізі психологічних підходів до визначення особливостей професійної Я-концепції особистості.

Виклад основного матеріалу. В сучасній психології існують різні підходи до визначення поняття професійної Я-концепції особистості. Поняття професійної Я-концепції Т.С.Джанерьян визначив як систему, що пов'язана з оцінками уявлень людини про себе як суб'єкта конкретної професійної діяльності і як особистості, усвідомлену нею як суб'єкту сторону (цінність, ціль чи засіб) в контексті ціннісно-смыслового ставлення до професійної діяльності [3].

Т.Л.Миронова визначає Я-концепцію чи професійний Я образ як динамічну систему уявлень професіонала про себе як суб'єкта професійної діяльності, яка складається із характеристик, що пов'язані з виконанням професійної ролі, а також тих цінностей, що

складаються у нього при взаємодії із матеріальним та соціальним світом і обумовлені специфікою професії. Миронова Т.Л. [5].

Л.В.Рикман зазначає, що Я-професійне є складовою частиною Я-концепції особистості, однак роль може визначатися особливостями професії і тими вимогами, які вона висуває до особистості. Крім того, в структурі Я-професійного є загальні, що не залежать від спеціальності, риси, такі як прагнення до професійних досягнень, низький ступінь довіри, сензитивність по відношенню до людей, і спеціальні, що характеризують спеціаліста конкретної спеціальності [10].

Л.Б.Шнейдер [14] в своїх дослідженнях доводить, що в межах Я-концепції формується уявлення про професійне майбутнє у вигляді образу професії чи у вигляді конкретної професійної мети. Образ професії реалізується через процесуальну активність людини, що базується на почутті відповідальності, мета – через цільову активність, що базується на контролі за ситуаціями і відносинами.

Думку про те, що професійна Я-концепція є складовою частиною загальної Я-концепції особистості обстоює і В.О. Швидкий. За автором, у процесі професійного самовизначення особистості, її входження до професійного середовища із загальної Я-концепції виникає професійна. В.О.Швидкий [13] визначає професійну Я-концепцію як складне особистісне утворення, що включає в себе різні структури і рівні їхнього функціонування. Серед різних компонентів структури професійної Я-концепції в якості основних дослідник виокремив наступні: уявлення про себе як про професіонала, про своє професійне майбутнє (у статичі і динаміці), ідентифікація себе з професійною діяльністю; ставлення до себе як до професіонала, до різних професійних процесів і професійних категорій; особистісна значущість професійної діяльності в системі інтересів і мотивів.

Оскільки професійна Я-концепція розглядається як складова загальної Я-концепції особистості, доцільним є питання про їх співвідношення. О.В. Прокоф'єва у своїх дослідженнях запропонувала класифікацію професійних Я-концепцій залежно від співвідношення процесійної та загальної Я-концепції. Зокрема, дослідниця виокремила три можливі варіанти їх співвідношення: 1) людина «ширша» за свою професію, її професійна Я-концепція наближається до загальної; 2) людина «дорівнює» своїх професії, в такому випадку її загальна Я-концепція звужена до професійної; 3) людина «вже» у своїй професії - у загальній і професійній Я-концепції представлені лише окремі сторони професії [8].

Теоретичний аналіз закономірностей розвитку і становлення структури Я-концепції дає змогу припустити, що професійна Я-концепція також має аналогічну структуру і свою специфіку формування.

Зокрема, В.О.Швидкий [13], розглядаючи структуру професійної Я-концепції особистості, зауважує, що вона включає до свого складу такі компоненти:

- когнітивний - уявлення про свої професійні здібності та можливості, самоідентифікація з представниками професійної групи та професійною діяльністю;
- емоційно-оцінний компонент – самовідношення до себе як до професіонала, емоційна ідентифікація з професійним середовищем;
- поведінковий (реалізаційний) компонент - прагнення бути зрозумілим, визначення стилю діяльності, підвищення свого професійного статусу, встановлення професійного контакту з різними партнерами по професійному спілкуванню.

Поглиблюючи уявлення про структуру Я-концепції, ми звернулися до досліджень Р.В.Каламаж [4], яка розглядала професійну Я-концепцію, як системний взаємозв'язок і взаємодію трьох основних компонентів: когнітивного, емоційно-оцінного та поведінкового. Автор стверджує, що в об'єктивному плані показником їх реалізації виступає професійна майстерність, в суб'єктивному – професійний образ Я, самооцінка та самоствавлення, а також основні новоутворення вузівської професіоналізації. До таких новоутворень відносяться професійну ідентичність, професійну готовність та професійне самовизначення.

Когнітивний компонент професійної Я-концепції розглядається Р.В.Каламаж як взаємозв'язок, взаємопроникнення, взаємопроекція різномодальних та різноаспектних образів Я, еталонного образу професіонала та образу професії. Р.В.Каламаж також зауважує,

що диференціація цілісного образу професії відбувається відповідно до потреб, бажань, можливостей, здібностей, цінностей, цілей, знань особистості, що забезпечує основу професійного самовизначення й дієвість професійного Я-образу в плані самовдосконалення, саморозвитку та самопроектування себе в конкретній професії. Емоційно-оціночний компонент розглядається у взаємозв'язку та взаємодії трьох блоків: фіксації знань про себе, що передбачає констатацію деяких якостей, зокрема, професійних здібностей, професійно-важливих якостей, уявлень про професію тощо. Підсумковими структурними складовими даного компоненту, на думку автора, є професійна самооцінка та самоствавлення; зіставлення власних якостей з Я-ідеальним, з професійними еталонами, рівнем домагань, цінностями, ідеалами тощо; ставлення до себе, що відображає рівень самоповаги и прийняття себе як професіонала і відображається в стилях поведінки, у спілкуванні та взаєминах з оточуючими. Поведінковий компонент розуміється як конкретні дії, поведінкові прояви чи потенційні поведінкові реакції у сфері професійної або навчально-професійної діяльності та спілкування. Автор також зазначає, що поведінковий компонент реалізується через професійну ідентифікацію, професійне самовизначення, саморегуляцію в результаті чого формується професійна позиція індивіда [4].

Важливим елементом в структурі професійної Я-концепції А.О.Реан вважає професійну самооцінку, від якої в значній мірі залежить професійна успішність особистості. В професійній самооцінці дослідник виокремив кілька аспектів: операційно-діяльнісний аспект самооцінки, що пов'язаний з оцінкою себе як суб'єкта діяльності і виражається в оцінці свого професійного рівня (сформованість вмінь та навичок) та рівня компетентності (системи знань); особистісний аспект професійної самооцінки виражається в оцінці свої особистісних якостей відповідно до ідеального професійного «Я». На думку автора, неузгодженість між двома аспектами професійної самооцінки впливає на професійне становлення особистості, а саме: на професійну адаптацію, професійну успішність та професійний розвиток.

Крім перерахованих аспектів в структурі професійної самооцінки А.О.Реан виокремив самооцінку результату та самооцінку потенціалу [9]. Самоцінка результату, на думку автора, пов'язана з оцінкою досягнутого і відображає задоволеність чи незадоволеність досягненнями. Самоцінка потенціалу, в свою чергу, відображає оцінку професійних можливостей і пов'язана з вірою в себе та впевненістю в своїх силах. Автор також зауважує, що неузгодженість цих двох аспектів самооцінки також є чинником професійного саморозвитку особистості, а саме: низька самооцінка результату в поєднанні з високою самооцінкою потенціалу сприяє професійному розвитку.

На нашу думку, більш комплексний підхід до вивчення професійної Я-концепції запропонувала С.Т. Джанерьян. Як стверджує дослідниця, системоутворюючим фактором професійної Я-концепції є цілеспрямоване за змістом ціннісно-сміслові ставлення до професії [3]. Залежно від змісту системоутворюючого фактора особистість усвідомлює себе цілому і свої окремі властивості (суб'єктно- діяльнісні та особистісні) як ціль чи засіб по відношенню до професійної діяльності. Таке усвідомлення обумовлює специфічний зміст, структуру та характеристики професійної Я-концепції. Оскільки автор розглядає професійну Я-концепцію як систему, то підсистемами, на думку Т.С. Джанерьян, виступають відображені в її змісті суб'єктно- діяльнісні та особистісні якості людини, що конкретизуються в самописах своїх інтенціональних, інструментальних та експресивних рис.

Крім того, автор виокремила типи ціннісно-сміслових ставлень особистості до своєї професійної діяльності, зокрема: засобові, потребово-технологічні, ціннісні та амбівалентні [2]. Дані типи в подальшому лягли в основу класифікації професійної Я-концепції, тому зупинимося на них детальніше.

В засобовому ставленні діяльність (зміст, мета та результат) розглядається людиною як засіб досягнення власних цілей та задоволення потреб. Системоутворюючі мотиви безпосередньо не пов'язані із змістом, метою та результатом діяльності. Потребово-технологічне ставлення до професійної діяльності обумовлює наявність у людини актуальної мети, спрямованої на задоволення власних звичних потреб в діяльності. За наявності такого

ставлення суб'єкт зацікавлений в стабілізації змісту, умов та результатів діяльності, оскільки в іншому випадку стає неможливим задоволення його звичної потреби звичним способом. В ціннісному ставленні діяльність втілює особистісну цінність самої людини, яка служить цілям професії настільки, наскільки вона втілює її власні цінності. Як зазначає Т.С. Джанерьян, в будь-якому із виокремлених ставлень до професійної діяльності наявні потенційно конфліктні відношення. І, нарешті, амбівалентне ставлення передбачає наявність актуального конфлікту, внаслідок якого загальне стійке ставлення людини до професії не встановлюється.

В своєму подальшому дослідженні Т.С. Джанерьян, виокремила [3] типи професійної Я-концепції:

- ціннісно-професійна Я-концепція - системоутворюючим фактором виступає єдине ціннісне ставлення до професії;
- технологічна професійна Я-концепція - системоутворюючим фактором виступає єдине потребово-технологічне ставлення, що передбачає задоволення звичних потреб особистості звичним способом;
- технологічна потенційно конфліктна професійна Я-концепція - системоутворюючим фактором виступає потребово-технологічне ставлення. Однак професія, на думку автора, виступає як засіб набуття людиною певних якостей, а якості, в свою чергу, набувають для неї цінності в процесі професійної діяльності;
- орієнтована на конкуренцію професійна Я-концепція - системоутворюючим фактором є засобове ставлення, при якому професійна діяльність розглядається людиною виключно як засіб досягнення власних цілей та задоволення потреб;
- конкурентно-прагматична потенційно конфліктна професійна Я-концепція - системоутворюючим фактором також є засобове ставлення, однак цінність, ціль та засіб діяльності для людини не співпадають;
- прагматична потенційно конфліктна професійна Я-концепція - системоутворюючим фактором виступає засобове ставлення, однак професійна діяльність не узгоджується з особистісними якостями;
- соціально-орієнтована потенційно-конфліктна професійна Я-концепція - системоутворюючим фактором виступає засобове ставлення;
- амбівалентна професійна Я-концепція - єдиного ставлення до професії не виявлено.

Цікавим є новий погляд на типологію професійної Я-концепції залежно від ставлення особистості до професійної діяльності, а також від поєднання та взаємодії професійних та особистісних якостей людини в структурі її Я-концепції.

Слідуючи положенню про те, що професійна Я-концепція є складовою частиною загальної концепції Я, вона також може бути реальною та ідеальною. А.А.Семенова, Р.С.Гурін, Т.Ю.Осипова [12], досліджуючи проблему становлення професійної Я-концепції розглядають поняття реального, ідеального та дзеркального Я в структурі професійної Я-концепції. На думку авторів, в процесі становлення професійної Я-концепції на рівні Я-ідеального відбувається становлення ідеального образу Я-професіонал. Важливим процесом у цьому випадку є інтеграція знань у єдину картину, зокрема, це може бути об'єднання особистісних рис відомих професіоналів. На наступному етапі формування Я-ідеального відбувається емоційне сприйняття створеного образу та виникнення мотивів, які спрямовують особистість на психологічні настанови досягнення цього образу, тобто спрямовують майбутнього фахівця на професійну самореалізацію.

На рівні Я-реального відбувається: 1) стійке засвоєння професійних знань, формується реальний образ Я-професіонал; 2) оцінка реального образу "професіонал" з точки зору відповідності його ідеальному образу "Я-професіонал"; 3) на основі співвіднесення реального та ідеального Я проходить процес професійного самовдосконалення, що, на думку авторів, є останньою сходинкою у ієрархії потреб майбутнього фахівця.

На рівні Я-дзеркального відбувається відображення у свідомості майбутнього фахівця ставлення до його особистості інших професіоналів. Автори також зауважують, що у деяких випадках професійна самооцінка особистості дуже залежить від оцінки інших професіоналів,

що в свою чергу призводить до виникнення прагнення відповідати очікуванням значущих професіоналів.

Серед умов формування професійної Я-концепції авторами були виокремлені наступні: формування в майбутніх спеціалістів ідеальної моделі професіонала; актуалізація уваги особистості майбутнього спеціаліста на порівнянні свого реального та ідеального образів Я-професіонал; стимуляція особистісного зростання та самовдосконалення майбутніх фахівців для досягнення ідеального образу Я-професіонал. Забезпечення в процесі навчання перерахованих умов, на нашу думку, сприяє формуванню позитивної Я-концепції професіонала.

Досліджуючи структуру професійної Я-концепції А.Г.Самойлова [11] зауважує що вона складається з ідеального образу Я-професіонал, реального образу Я, дзеркального Я та професійної самооцінки. До складу ідеального професійного образу входять уявлення про те, яким повинен бути справжній професіонал. Такі уявлення особистість отримує у момент первинного, поверхового знайомства з професією, а також етапі порівняння та ідентифікації себе зі значущими, успішними професіоналами-практиками. Я-реальне складається із уявлень про ті якості, які вже є для досягнення ідеального образу професійного Я, а також про ті, які ще недостатньо розвинені. Дзеркальний образ професійного Я включає в себе уявлення майбутнього фахівця про оцінку його особистісних якостей іншими професіоналами. Професійна самооцінка — уявлення фахівця про власну цінність як спеціаліста, тобто це оцінювальний компонент професійної Я-концепції.

Досліджуючи проблему професійної Я-концепції, А.А.Семенова [11] зазначає, що вона є складовою професійної самосвідомості, яка, в свою чергу є втіленням у життя потреб майбутнього фахівця.

Т.Л.Миронова [5] в своєму дослідженні визначає професійну самосвідомість як складне особистісне утворення, що формується під впливом професійного середовища і активної участі суб'єкта в професійній діяльності. Як зазначає автор, професійна самосвідомість пов'язана з реальною професійною діяльністю і сигналізує про смисл Я професіонала. Професійний Я образ чи Я-концепцію дослідниця визначає як динамічну систему уявлень професіонала про себе як суб'єкта професійної діяльності, яка складається із характеристик, що пов'язані з виконанням професійної ролі, а також тих цінностей, що складаються у нього при взаємодії із матеріальним та соціальним світом і обумовлені специфікою професії.

Л.М.Мітіна [6], досліджуючи проблему професійної самосвідомості, визначає її структуру як взаємодоповнююче поєднання трьох підструктур: когнітивної, афективної і поведінкової. Разом з тим, змістовні характеристики кожної підструктури професійної самосвідомості включає в себе специфічні характеристики, що обумовлюють саморозвиток і самореалізацію особистості в професійній діяльності. Когнітивна підструктура складається з трьох компонентів: професійна діяльність, професійне спілкування і особистісні якості. В афективній підструктурі Л.М.Мітіна виокремила два рівні: глобальне і диференційоване самоставлення, тобто інтегральне почуття «за» і «проти» особистого Я і більш специфічні виміри: самоповага, самоінтерес, відношення оточуючих, на яке очікує індивід тощо. Підструктура самоставлення тісно пов'язана з поведінковою підструктурою, основним психологічним механізмом якої є задоволеність фахівця собою і своєю професійною діяльністю. Під задоволеністю автор розуміє співвідношення між мотиваційно-ціннісною сферою особистості фахівця і можливістю успішної діяльності по реалізації провідних мотивів. Співвідношення трьох підструктур самосвідомості визначає рівень розвитку професійної самосвідомості. Низький рівень розвитку характеризується усвідомленням і самооцінкою фахівця лише окремих якостей, які складаються не досить стійкий образ, що детермінує неконструктивну поведінку і взаємодію. Високий рівень розвитку професійної самосвідомості визначається тим, що цілісний образ професійного Я вписується в загальну систему його ціннісних орієнтацій, що пов'язані з усвідомленням цілей своєї професійної діяльності і засобів, необхідних для їх конструктивного досягнення.

В дослідженні А.А. Деркач [1] і О.В. Москаленко [7] виділені функціональні і структурні компоненти професійної самосвідомості: когнітивний, реалізується в самопізнанні; мотиваційний, що реалізується в самоактуалізації; операційний, що реалізується в саморегуляції. Когнітивний компонент є основою професійної самосвідомості майбутнього спеціаліста. Основним механізмом формування когнітивної складової професійної Я-концепції автори вважають самопізнання. Процес самопізнання розкриває не лише знання особистості про себе як про фахівця, але й співвідношення цих знань із соціальними вимогами та нормами. На думку вчених, самопізнання як процес проявляється у постійному русі від одних знань про себе до інших, уточненні, розширенні та поглибленні цих знань. Центральними внутрішніми прийомами самопізнання автори вважають самоаналіз і самоосмислення, які ґрунтуються на само сприйнятті і самоспостереженні. Зміст емоційного компоненту професійної самосвідомості обумовлюється саморозумінням. На думку дослідників, саморозуміння функціонує як процес побудови і корекції професійного образу Я.

Висновки. Проведений теоретичний аналіз показав, що професійна Я-концепція є складовою професійної самосвідомості, яка, в свою чергу є втіленням у житті потреб майбутнього фахівця і формується під впливом професійного середовища і активної участі суб'єкта в професійній діяльності. Складовими професійної Я-концепції є когнітивний, емоційно-оцінний та поведінковий компонент, які знаходяться у безпосередньому взаємозв'язку та взаємодії. Важливим елементом в структурі емоційно-оціночного компоненту є самооцінка, що включає в себе оцінку свого професійного рівня та особистісних якостей відповідно до ідеального професійного Я.

Важливим чинником формування професійної Я-концепції є ціннісно-сміслові ставлення до професії. Залежно від ціннісно-сміслового ставлення до професійної діяльності типи професійної Я-концепції суттєво відрізняються.

Література

1. Деркач А. А. Психология развития профессионала / А. А. Деркач, В. Г. Зазыкин, А. К. Маркова. //Деятельностный подход в психологии: Проблемы и перспективы : сб. науч. тр. / под ред. В. В. Давыдова, Д. А. Леонтьева. – М. : АПН РСФСР, 1990. – 180 с.
2. Джанерьян С.Т. Профессиональная Я-концепция: Системный подход: дис. на соиск. науч. степ. доктора психол. наук : 19.00.01/С.Т. Джанерьян. - Ростов-на-Дону, 2005. - 442 с. Научная электронная библиотека [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://elibrary.ru>
3. Джанерьян С.Т. Структура типов профессиональной Я-концепции./С.Т. Джанерьян //Российский психологический журнал. – 2005. – Т.2. - №3. – С.78-92.
4. Каламаж Р.В. Психология формування професійної Я-концепції майбутніх юристів: автореф. доктора психологічних наук: 19.00.07. – Київ. – 2010. – 45с.
5. Миронова М. Р. Личностный рост и его критерии / М. Р. Миронова, С. Л. Братченко // Психологические проблемы самореализации личности / под ред. А. А. Крылова, Л. А. Коростылевой. – СПб. : СПбУ, 1997. – С. 44-49.
6. Митина Л. М. Психология профессионального развития учителя / Л. М. Митина. – М. : Флинта, 1998. – 200 с.
7. Москаленко О. В. Развитие профессионального самосознания руководителей образовательных учреждений : автореф. дис. на соискание степени д-ра психол. наук : спец. 19.00.13 «Психология развития, акмеология» / О. В. Москаленко. – М., 2000. – 40 с.
8. Прокофьева Е.Н. Формирование профессиональных компетенций у бакалавров профиля «защита в чрезвычайных ситуациях» средствами интегративной игры: автореф.дис. на соискание степени канд. пед. наук: спец.13.00.08 « Теория и методика профессионального образования»/Е.Н. Прокофьева. – Казань, 2013. – 28 с.
9. Психологическая энциклопедия. Психология человека от рождения до смерти. /под ред. А.А.Реана. – СПб.: «прайм-ЕВРОЗНАК», Издательский Дом «НЕВА», М.: ОЛМА-ПРЕСС». – 2002. - 656 с.
10. Рыкман Л. В. Особенности Я-концепции студентов лицея на начальном этапе профессионального самоопределения: диссертация на соискание научн. степени канд.психол.

наук: 19.00.13./Л.В.Рыкман. - Санкт-Петербург, 2004. - 177 с. - [Електронний ресурс]Режим доступа: [http://nauka-pedagogika.com/psihologiya-19-00-13/dissertaciya-osobennosti-ya-kontseptsii-studentov-litsey-a-na-nachalnom-etape-professionalnogo-samoopredeleniya]

11. Самойлова А.Г. Особливості формування професійної свідомості майбутніх психологів: автореф. на здобуття наук. ступеню канд. психол. наук: 19.00.07/А.Г. Самойлова. – Київ, 2004. - [Електронний ресурс] Режим доступу [http://www.br.com.ua/referats/dysertacii_ta_autoreferaty]
12. Самосвідомість і захисні механізми особистості. Хрестоматія./Під редакцією Д.Я.Райгородского. - Самара:Изд - у «Бахрах – М», 2003. – 656 с.
13. Швидкий В.О. Особливості формування Я-концепції в професійному становленні особистості: автореф. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук: 19.00.07/В.О.Швидкий. – Київ, 2007. – [Електронний ресурс] Режим доступу: [WWW.LIBRAR.ORG.UA] Бібліотека України
14. Шнейдер Л.Б. Профессиональная идентичность: теория, эксперимент, тренинг : учебное пособие /Л.Б.Шнейдер. – Москва-Воронеж : МПСИ : Модэк, 2004. – 600 с.

Представлен теоретический анализ подходов в современной психологии к содержанию и структуре профессиональной Я-концепции личности, ее соотношению с Я-концепцией. На базе существующих психологических разведок рассматриваются составляющие профессиональной Я-концепции и психологические факторы ее формирования.

A theoretical analysis of the approach in modern psychology to the content and structure of the professional self-concept of personality and its relation to self-concept. On the basis of existing psychological intelligence considered components of professional self-concept and psychological factors of its formation.

Keywords: professional self-concept, the structure of professional self-concept, professional self-determination.

Т.В. Скрипаченко (м. Запоріжжя)

ДОСЛІДЖЕННЯ ФЕНОМЕНУ СТРЕСУ

Актуальність проблеми. Проблема стресу цікавила і продовжує цікавити багатьох дослідників. Цікавими є підходи Гринберга Д., Марищука В.Л., Євдокимова В.І. Феномен стресу розглядають з психологічної, фізіологічної сторін. Стресовий стан особистості впливає на її психічні процеси, на якість її діяльності.

Саме через такий всебічний характер впливу стресу на життя людини, необхідно розуміти не тільки його природу, але й різновиди та особливості його проявів для того, щоб намагатися адекватно реагувати, виходити, долати його, а також для надання професійної психологічної допомоги людям, що переживають стрес.

Виклад основного матеріалу. Ганс Сельє, якого вважають засновником дослідження проблеми стресу, називав його універсальним феноменом життя, рятівною реакцією, котра подає сигнал “тривоги”, коли організму треба за дуже короткий час мобілізувати фізичні сили на запобігання небезпеки [1].

Стрес – це неспецифічна відповідь організму на будь-яку висунуту до нього вимогу. Неспецифічна відповідь – це відповідь, яка вимагає перебудови та адаптації до виникаючих труднощів. Неспецифічні вимоги, котрі пред’являються впливом як таким – це і є сутність стресу.

У відповідь на таку зміну зовнішніх умов у людини виникає реакція у вигляді трьох фаз стресу [2].

1 фаза – фаза тривоги. Згідно дослідженням Шеффера, існують такі ознаки стресового напруження:

1. Неможливість зосередитись на будь-чому.